

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

5 Февраля 2025г.

Приложение №8  
: СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Какао с молоком	200	2,00	2,00	11,00	68,00	7/3
	Каша овсяная "Геркулес" молочная	200	6,00	8,00	24,00	195,00	9/1
	Батон с маслом сливочным	31	2,00	6,00	13,00	114,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>431</b>	<b>10,11</b>	<b>16,22</b>	<b>47,68</b>	<b>377,24</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок	100	1,00		10,00	45,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,52</b>	<b>0,10</b>	<b>10,46</b>	<b>44,86</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	-Салат витаминный	50	1,00	5,00	3,00	61,00	5/3
	Свекольник с отварной свеклой	180	2,00	3,00	11,00	80,00	34/8
	Макаронные изделия с маслом	130		2,00		17,00	6/1
	Язык говяжий в томатном соусе	70	1,00	4,00	3,00	49,00	2/1
	-Напиток ягодный из черной смородины	180			9,00	37,00	390/9
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	57,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>660</b>	<b>7,02</b>	<b>14,90</b>	<b>50,72</b>	<b>364,87</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Йогурт	180	6,00	7,00	2,00	98,00	45*/0
	Гребешок с повидлом	70	7,00	6,00	54,00	294,00	13/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>12,92</b>	<b>12,81</b>	<b>56,24</b>	<b>391,90</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Салат из огурцов и помидоров	50	1,00	3,00	2,00	41,00	12/2
	Рыба, тушеная с картофелем	200	16,00	3,00	26,00	192,00	141/1
	Чай полусладкий	180			6,00	24,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>480</b>	<b>20,29</b>	<b>7,35</b>	<b>58,49</b>	<b>381,05</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1921</b>	<b>51,00</b>	<b>51,00</b>	<b>224,00</b>	<b>1560,00</b>	